



МЕНЮ

14 мая 2026 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	8/4	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	3,24	4,67	18,16	127,55	0,00
2011	14/10	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,88	0,54	3,46	22,89	0,00
2008	1/13	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40	3,42	6,94	38,88	231,68	0,00
Итого			340	7,54	12,15	60,50	382,12	0,00
II Завтрак								
2011	23	ЯБЛОКО	91	0,36	0,36	8,67	41,60	3,65
Итого			91	0,36	0,36	8,67	41,60	3,65
Обед								
2011	13/1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ	50	0,51	3,24	4,38	49,24	0,82
2011	17/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	125	6,65	5,79	13,60	133,49	3,74
2011	31/8	ГОЛУБЦЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И РИСОМ	180	20,92	17,87	14,29	302,61	24,30
2001	456	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	40	0,59	4,70	1,32	50,66	0,78
2011	36	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	13,07	52,25	13,20
2011	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
Итого			625	31,88	32,03	67,22	687,17	42,84
Полдник								
2011	14/4	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	2,93	2,79	20,99	120,59	0,00
2011	13/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,15	0,00	7,24	29,50	0,00
	17	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,59	4,56	35,45	197,40	0,00
2011	10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,28	0,33	37,66	166,68	0,00
Итого			389	9,95	7,68	101,34	514,17	0,00
Всего				49,73	52,22	237,73	1 625,06	46,49

Дж